

Perancangan Buku Mewarnai Mengenai Perempuan Mandiri

Phoebe Setiono¹, Heru Dwi Waluyanto², Anang Tri Wahyudi³

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain

Universitas Kristen Petra, Surabaya

Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya

Email: caeciliasetiono@yahoo.com

Abstrak

Kemandirian adalah hal yang sangat penting bagi semua orang. Namun tidak semua orang memilikinya, karena keterbatasan tertentu. Keterbatasan dari faktor eksternal umumnya lebih berada pada perempuan. Selain itu faktor terbesar lain adalah dari internal, dalam hal ini mengenai kemandirian emosional. Dalam rangka memotivasi para perempuan yang merasa dirinya tidak berdaya agar lebih sadar akan kemandirian, dibuatlah perancangan buku mewarnai yang menarik dan terapeutik.

Kata kunci: buku, mewarnai, perempuan, mandiri, terapeutik.

Abstract

Title: *Coloring Story Book Design about Independent Women*

Independence is a very important things for everyone. But some people can't have it because of limitations. Limitation from external factors are generally more to women. Another biggest factor is from internal, which is about emotional independence. In order to motivate women who find themselves powerless to be more aware about independence, that's why this coloring books that is interesting and therapeutic is designed.

Keywords: *book, coloring, woman, independence, therapeutic.*

Pendahuluan

Perempuan terutama dihargai karena kemampuannya yang khas untuk memberi keturunan dan dukungan sosial yang memenuhi ambisi pria (Barnhouse, 1988, p.30). Peran perempuan ini merupakan bagian dari nilai-nilai patriarki, sebuah sistem sosial yang menempatkan pria sebagai figur berkuasa dalam setiap organisasi sosial. Hasil paling menyakitkan dari cara pandang ini untuk perempuan adalah hilangnya rasa percaya pada diri sendiri dan kehilangan jati diri, karena dibesarkan untuk memenuhi kebutuhan orang lain (Greenspan, 1983, p.222). Perempuan pun akan tumbuh menjadi individu yang sangat tergantung dan tak bisa mandiri, terutama secara emosional.

Pada masa dewasa awal yang dimulai dari umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun, adalah masa bermasalah (Hurlock, 1997: 247). Di masa ini individu mendapat berbagai masalah baru untuk dihadapi karena harus menyesuaikan diri dengan peran baru saat memasuki dunia orang dewasa, hal ini dapat menimbulkan keresahan emosional (251). Perempuan dewasa awal, terutama yang mengejar prestasi,

seringkali mengalami kehilangan rasa percaya diri karena melihat realita dimana dirinya ditekan untuk mengikuti berbagai ekspektasi untuk menjadi perempuan ideal. Bagi perempuan, tidak mampu memenuhi ekspektasi ini sangatlah menakutkan, karena dapat berpotensi kehilangan hubungan dengan orang-orang terdekatnya. Lebih baik merendahkan diri daripada harus menghadapi ketakutannya dan semakin dewasa rasa takut ini justru akan semakin besar (Dowling, 1989). Hal tersebut hanya akan membuatnya semakin kehilangan dirinya sendiri. Membuat dirinya terkekang dalam ketidakberdayaannya dan hal ini dapat membuat dirinya tidak pernah puas dan senang dengan diri sendiri maupun segalanya. Dirinya tidak mampu bertumbuh mandiri dan dalam beberapa kasus dapat berujung pada gangguan mental.

Pada akhirnya, bahkan seharusnya perlu dipelajari oleh semua orang untuk menjadi manusia yang dewasa. Jadi, perempuan perlu tahu bahwa sebenarnya dirinya dapat dan harus memegang kontrol atas hidup sendiri. Perempuan sudah memiliki apa yang dibutuhkannya untuk menjadi mandiri dengan dayanya sebagai individu maupun sebagai perempuan. Perempuan

hanya perlu mengetahui bahwa dirinya sanggup untuk mandiri dan memiliki berbagai hal yang akan membantunya untuk mencapai kemandirian itu sehingga tidak terlalu takut dalam usaha memberdayakan diri.

Dalam menyampaikan kesadaran ini untuk perempuan dewasa awal, diperlukan media menarik bagi kalangannya yaitu buku mewarnai. Buku mewarnai untuk dewasa digandrungi oleh banyak perempuan (terlihat dari penjualannya, dimana 71% didominasi perempuan) berusia 19-29 tahun atau masa dewasa awal (Swan, 2016). Buku ini bukanlah terapi yang sebenarnya, tapi bersifat terapeutik (Roston, 2016). Terapeutik berarti memiliki efek menenangkan pikiran, memberi kepuasan dan mengasah kemampuan seseorang (Snyder & Lopez, 2001: 90). Sifat inilah yang diberikan lewat buku mewarnai. Terapeutik berkaitan dengan adanya keberadaan suatu tujuan (penyelesaian buku) pada seseorang dengan memberi *feedback* langsung (hasil mewarnai atau sejauh mana buku diselesaikan) sebagai acuan untuk melihat sejauh apa proses yang telah dilakukan, sebagai bahan refleksi untuk lebih berkembang. Tujuan ilustrasi dalam buku pun untuk menerangkan dan menghiasi informasi yang ingin disampaikan. Fungsi khusus buku mewarnai adalah sebagai pengekspresian diri dan membuat pengguna lebih terlibat sehingga membuat buku tersebut lebih personal. Selain mewarnai ada juga kegiatan lain yang dapat dilakukan, misalnya menggambar atau menulis pada beberapa bagian, karena banyak hal dapat dilakukan dengan *space* kosong yang ada dalam buku mewarnai.

Batasan Lingkup Perancangan

- Objek perancangan ini adalah buku mewarnai mengenai perempuan mandiri.
- Wilayah yang dicakup adalah Surabaya.
- *Target audience* primer adalah perempuan dewasa muda dari kalangan sosial ekonomi menengah ke atas, berusia 18-25 tahun. Meski kisaran usia dewasa muda yang sebenarnya 18-40 tahun, perancangan ini hanya dikhususkan pada usia tersebut yang merupakan masa peralihan dari remaja ke dewasa.
- Masa peralihan ini adalah masa penuh masalah. Salah satu masalahnya untuk perempuan adalah kemandirian emosional yang kurang dan merasa dirinya tidak berdaya apa-apa.
- Permasalahan yang dibahas adalah kurangnya kesadaran pada target bahwa perempuan memiliki kebebasan serta bakat sebagai individu maupun sebagai perempuan untuk bisa menjadi mandiri.
- Perancangan hanya berupa panduan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kemandirian bagi perempuan terutama untuk perempuan tidak mandiri.

Metode Perancangan

Metode perancangan yang digunakan dalam tugas akhir ini antara lain:

Data yang Dibutuhkan

Data Primer adalah data mengenai kemandirian terutama pada perempuan sebagai *target audience*.

Data Sekunder adalah referensi mengenai buku mewarnai dewasa dan panduan atau *self-help*. Kemudian data mengenai tokoh perempuan mandiri.

Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan dan pencarian data-data yang diperlukan dalam pembuatan.

- Observasi mengenai perempuan dewasa awal diperlukan untuk menambah wawasan mengenai *target audience*. Begitu pula dengan buku panduan dan buku mewarnai, sebagai referensi untuk perancangan.
- Wawancara dilakukan secara tidak terstruktur dan spontan untuk mendapat informasi sebanyak-banyaknya dan mendalam. Wawancara dilakukan pada narasumber dengan bidang masing-masing yang berhubungan dengan perancangan. Lalu perempuan dewasa awal, baik yang berkuliah maupun bekerja untuk mendapat informasi lebih mengenai perancangan buku mewarnai.
- Studi pustaka diadakan untuk memperoleh data dan menambah wawasan referensi terhadap perancangan yang akan dibuat. Informasi dapat diperoleh dari buku, artikel, majalah, dan internet.

Metode Analisis Data

Metode 5W1H (*what, who, when, where, why, how*).

- *What*
Apa itu kemandirian?
Apa itu perempuan mandiri?
Apa yang dimaksud dengan perempuan tidak mandiri?
Apa yang dilakukan perempuan tidak mandiri agar menjadi lebih mandiri?
Apa saja yang perlu diketahui perempuan tidak mandiri untuk menjadi lebih mandiri?
Apa yang dimaksud dengan terapeutik?
Apa metode yang digunakan masyarakat sekarang sebagai alat terapeutik?
- *Who*
Siapa yang selama ini dianggap bertanggung jawab atas kemandirian perempuan?
Siapa yang seharusnya bertanggung jawab atas kemandirian perempuan?
Siapa yang menggunakan dan memerlukan metode terapeutik?

Siapa yang berusaha untuk mengembangkan dirinya menjadi lebih mandiri?

- *Where*
Dimana perempuan yang tidak mandiri berada?
Dimana perempuan memperoleh media untuk membantu mengembangkan dirinya?
Dimanakah perempuan melakukan metode terapeutik?
- *When*
Kapan perempuan rentan mengalami masalah kemandirian?
Kapan perempuan memerlukan dan menggunakan metode terapeutik?
- *Why*
Mengapa ada perempuan yang tidak dapat mandiri?
Mengapa perempuan rentan mengalami masalah kemandirian?
Mengapa perempuan menggunakan metode terapeutik?
- *How*
Bagaimana perempuan membuat dirinya lebih mandiri?
Bagaimana metode terapeutik membantu perempuan lebih sadar akan kemandirian?
Bagaimana perempuan memilih metode terapeutik yang digunakannya?

Pembahasan

Buku Panduan

Buku panduan adalah buku yang didesain untuk dipergunakan oleh pengguna demi memandu diri sendiri. Buku ini berfungsi sebagai alat yang tidak hanya digunakan untuk memberi materi pada pembacanya, tapi juga kesempatan untuk bertanggung jawab pada diri sendiri atas hal yang dilakukan. Buku ini dapat dibedakan dalam tiga kelompok (Tedjo, 2010). Pertama, buku-buku yang memandu seseorang untuk melakukan atau mengerjakan sesuatu. Contohnya, buku memasak, berkebun, petunjuk praktis mengoperasikan perangkat lunak komputer, dan sebagainya. Kedua, buku-buku petunjuk praktis untuk memecahkan persoalan maupun mencapai tujuan tertentu dalam hidup seseorang. Ketiga, buku yang tidak secara eksplisit berisi petunjuk-petunjuk seperti pada dua kelompok sebelumnya tetapi lebih pada kumpulan kisah-kisah nyata.

Buku Mewarnai

Buku mewarnai merupakan buku cerita bergambar yang dapat diwarnai. Sementara buku cerita bergambar sendiri adalah buku yang bercerita lewat teks dan menggunakan gambar untuk mendukung cerita

(Shulevitz, 1985, p.15). Buku ini berkomunikasi menggunakan gambar juga teks, dengan gambar berguna untuk hal seperti: memberi detail yang tak bisa disampaikan lewat teks, membantu pembaca lebih memahami cerita lewat teks yang diilustrasikan, menghias teks.

Buku mewarnai untuk dewasa, yang merupakan alternatif *art therapy*, terapi yang menggunakan berbagai medium seni untuk membantu pasiennya dengan memberinya alat untuk mengekspresikan diri (Edwards, 2004: 2-3). Namun pada *art therapy*, keduanya memerlukan keberadaan psikiater untuk disebut sebagai terapi yang sebenarnya, karena terapi terjadi dengan adanya interaksi timbal balik antar klien dan psikiater. Maka dari itu meski mewarnai bukanlah bentuk terapi sebenarnya, tapi memang bersifat terapeutik (Herlina, 2013: 89; Roston, 2016).

Mengenai sifat terapeutik dan melatih fokus, hal ini merupakan salah satu bentuk *flow*. Menurut Csikszentmihalyi (1990: 162-163), suatu bentuk hiburan dimana individu memiliki kontrol atasnya lalu memiliki tantangan dengan tujuan yang jelas merupakan bentuk hiburan aktif yang membuatnya terfokus pada aktifitas tersebut lalu mengalami fenomena *flow*. Fenomena ini terjadi ketika pikiran terpusat pada apa yang dikerjakan dan dalam keadaan tersebut mengalami kenikmatan karena memegang kontrol atasnya. Dengan mewarnai untuk menyelesaikan sebuah karya (atau membaca cerita untuk memperdalam pengertian akan suatu hal) merupakan salah satu cara untuk mengalami *flow*.

Dalam *flow*, tujuan harus memiliki *feedback* langsung sebagai acuan untuk melihat sejauh apa proses yang telah dilakukan, sebagai bahan refleksi atau analisis untuk lebih berkembang (Snyder & Lopez, 2001: 90). Penelitian berjudul Rusinek (2004), memberikan hasil bahwa konteks emosional dapat mempengaruhi ingatan akan warna. Penelitian ini memancing konteks emosional itu dengan menggunakan cerita. Masing-masing cerita memiliki situasi emosional yang berbeda (kegembiraan, kesedihan, kemarahan, ketakutan). Lewat warna terlihat kondisi mental, sehingga dapat dijadikan patokan untuk refleksi. Begitu pula dengan kegiatan membaca, karena membaca membuat memikirkan apa yang terkandung dalam bacaan tersebut, mencari solusi hidup lewat bacaan, berempati, membuka wawasan baru, dan lainya (Holland, 2007)

Jadi buku mewarnai memberikan alternatif bentuk seni yang terbatas dalam bentuk mewarnai, dengan tujuan untuk menenangkan diri serta memenuhi kebutuhan akan kepuasan instan. Mewarnai merupakan proses aktif atau model pembelajaran yang dapat melatih fokus dan mengalihkan perhatian individu yang tejabak dalam dialog internal yang tidak sehat. Karena mewarnai berhubungan dengan konteks emosional dari pewarna, sesuatu yang mempengaruhi kondisi

emosinya pada saat tersebut (membaca, menonton, sepulang kerja atau liburan, dan sebagainya) dapat mempengaruhi pilihan warna yang digunakan saat mewarnai. Lalu, karena asosiasi warna dengan emosi masing-masing individu dapat berbeda, dari hasil tersebut individu dapat menganalisis keadaan emosinya sendiri.

Ketergantungan Perempuan

Identitas adalah hal yang penting bagi seseorang dan proses ini biasanya dilalui saat fase remaja. Dalam mencari identitas ini remaja seringkali bereksperimen dengan berbagai peran. Namun ada yang tidak berhasil untuk melakukan pencarian identitasnya karena kurangnya kemampuan untuk mengatasi masalah yang dihadapi dan saat fisiknya mencapai kedewasaan, mentalnya tidak berkembang sesuai dengan fisik. Hal ini dapat menyebabkan kebingungan dan kehilangan identitas pada individu tersebut. Tentu saja masalah ini akan dibawanya hingga dewasa, dimana seseorang harus menyesuaikan diri dengan dunia orang dewasa.

Dalam usia dewasa awal adalah masa untuk menyesuaikan diri dengan masa dewasa. Keberhasilan penyesuaian diri dengan masa dewasa ini memiliki tiga kriteria yaitu prestasi, kepuasan dan penyesuaian pribadi (Hurlock, 1997, p. 312-313). Tidak terpenuhinya kriteria ini akan menyebabkan ketidakmampuan untuk mencapai kepuasan dan penyesuaian diri, membuatnya merasa dirinya hanyalah individu yang gagal. Bagi beberapa perempuan, kesempatan untuk bereksperimen dengan peran pada masa remaja lebih sedikit dari pria seumurnya, sehingga kemampuannya pun kurang terasah. Hal ini terjadi karena perempuan dibesarkan dengan banyak dilindungi, sehingga tidak dilatih untuk bertanggung jawab atau mandiri (Dowling, 1989).

Bila seseorang tinggal dalam situasi dimana tidak bisa memiliki kontrol atasnya, maka orang itu pun akan menyerah, inilah ketidakberdayaan yang dipelajari (Dowling, 1989, p.90). Ketidakberdayaan atau ketergantungan ini membuatnya tidak nyaman untuk menolong diri sendiri, melindungi dan mempertahankan pendapatnya sendiri. Perempuan ini tidak akan pernah siap dan nyaman untuk melakukan sesuatu sendiri dengan mengandalkan kemampuan sendiri sehingga menjadi lebih percaya diri. Padahal kemandirian hanya bisa timbul dari proses belajar seperti itu dan itulah kemampuan yang tidak dilatihnya, kemandirian emosional.

Orang yang tergantung akan mengharapkan kehadiran dan kepedulian seseorang secara terus menerus untuk melindungi dirinya (Rentzel, 2008, p.9). Ketergantungan ini menciptakan halangan bagi pihak terlibat dan membatasi pengembangan diri, karena semuanya dipusatkan pada orang itu saja. Dasar dari hubungan ini adalah mencari pemenuhan untuk kebutuhan akan kasih dan rasa aman, sebagai bentuk

pelarian dari tanggung jawab untuk mengatasi masalah pribadi. Ekspektasi akan hubungan ini tidaklah normal dan tidak dapat dipenuhi, yang pada akhirnya berujung pada rasa frustrasi tanpa akhir. Perempuan perlu sadar akan efek negatif ini dan lebih menyadari akan berkat yang dimilikinya sejak awal sebagai perempuan dan sebagai individu untuk mengatasi ketergantungannya.

Tujuan Kreatif

Merancang buku mewarnai tentang perempuan mandiri yang menarik dan terapeutik bagi *target audience*. Buku ini merupakan kumpulan informasi yang didukung dengan gambar sesuai pembahasan untuk diwarnai.

Strategi Kreatif

Perancangan ini akan memberi pengantar mengenai buku mewarnai dan keuntungan mewarnai, sebagai panduan saat menggunakan buku. Panduan berupa kebebasan pengguna untuk 'mewarnai' buku itu dengan caranya sendiri, oleh karena itulah tidak diberi instruksi mendetail bagaimana cara mewarnai agar pengguna memiliki lebih banyak kebebasan. Kemudian barulah mengenai arti kemandirian bagi perempuan, saran untuk menjadi lebih mandiri dan contoh-contoh figur perempuan inspiratif di macam-macam bidang. Figur ini adalah para perempuan dari Indonesia disesuaikan dengan geografis *target audience*, yaitu Indonesia. Permasalahan yang dialami perempuan mengenai kemandirian juga ditampilkan untuk memudahkan *target* memahami permasalahan. Pembahasan disajikan secara singkat untuk masing-masing pokok. Gambar senantiasa mendampingi untuk diwarnai dan dibuat sesuai dengan masing-masing pembahasan. Namun ada juga pemberian bidang kosong agar pengguna bisa berkreasi dengan bidang itu.

Karakteristik Target

- Demografis: Perempuan usia 18-25 tahun (kuliah atau baru kerja). Ekonomi menengah ke atas dan kebutuhannya masih dipenuhi orang tua.
- Geografis: Indonesia, daerah perkotaan.
- Psikografis: Rasa ingin tahu tinggi, menyukai seni, merasa tidak nyaman dengan dirinya dan mementingkan penilaian orang atas dirinya, memiliki kemauan untuk berubah.
- Behavioristik: Senang membaca dan membuat sesuatu yang berkaitan dengan seni. Juga berusaha mengikuti tren yang ada dan mau melakukan hal-hal yang bisa membantunya bertumbuh.

Format Buku

Buku dibuat dengan ukuran 17 x 17 cm agar mudah dibawa oleh penggunanya, dengan orientasi horizontal/*landscape*.

Isi

- *Know Your Color*
Bagian untuk memberikan informasi mengenai cara penggunaan buku mewarnai, bahwa pewarnaannya tidaklah harus mengikuti kenyataan, melainkan isi hati. Juga penjelasan singkat tentang manfaat reflektifnya. Lalu diberi beberapa gambar untuk diwarnai dengan intruksi mewarnai berdasarkan emosi dasar manusia menurut Plutchik, untuk mengenali kecenderungan pemaknaan warna seseorang sesuai perasaannya.
- *Independent Woman*
Di sini adalah pengantar untuk tema buku, akan dipaparkan tentang definisi mandiri secara emosional dan pentingnya kemandirian ini untuk perempuan.
- *Dependency*
Pemaparan dari masalah yang dialami oleh perempuan dengan ketergantungan, sehingga *target audience* bisa memahami terlebih dahulu dan merasa dekat dengan topik yang akan diberikan. Kemudian akibat dari permasalahan ini.
- *Signs*
Diberikan tanda-tanda dari orang dengan ketergantungan emosi.
- *To be Independent*
Berupa pemberian saran-saran, seperti kelebihan khusus yang dimiliki perempuan untuk bisa mandiri. Kemudian memaparkan kesempatan yang dimiliki perempuan saat ini untuk bisa lebih mandiri. Karena salah satu kesempatan itu adalah dengan munculnya tokoh perempuan yang mandiri dan berpengaruh bagi sekitarnya, maka di sini juga diberi beberapa contoh-contoh tokoh perempuan Indonesia yang inspiratif dan berasal dari berbagai bidang. Setelahnya akan ditutup dengan kutipan motivasional.
Tokoh-tokoh inspiratif yang dijadikan contoh semuanya berasal dari Indonesia, hal ini untuk memperlihatkan peluang di negara asalnya. Para tokoh ini menekuni bidang yang berbeda sesuai aspirasi masing-masing, namun memiliki kesamaan dimana hasil jerih payahnya menginspirasi, menggerakkan orang di sekitarnya, dan membawa perubahan. Para perempuan ini belum berhenti untuk melanjutkan aspirasinya, hingga tahun 2016 para tokoh ini masih aktif. Mereka adalah Susi Pudjiastuti, Tri Rismaharini, Dewi Tanjung Sari, Saur Marlina Manurung, Martha Tilaar, Pia Alisjahbana, Theodora Retno Maruti, Ni Nengah Widiasih, Andi Rabiah dan Mira Lesmana.

Gaya Visual

Gaya gambar yang akan digunakan dalam perancangan ini adalah gabungan gaya kartun yang lucu dan hiasan dekoratif. Gaya kartun digunakan karena modelnya yang lucu dan menghibur. Pola hiasan dekoratif menggunakan pola yang sering muncul di buku

mewarna lainnya, seperti flora dan *pattern* abstrak. Kemudian objek-objek yang berhubungan pembahasan juga digunakan untuk menghiasi gambar. Teknik visualisasi yang digunakan dalam pengerjaan perancangan ini adalah manual dan digital.

Warna

Warna yang digunakan pada cover adalah *pink* dan *teal*. Warna pada gambar *cover* hanya diwarnai sebagian untuk memberi kesan belum selesai. Warna *pink* dipilih karena merepresentasikan cinta, kasih sayang, pengertian, dan kepedulian. Warna ini sering diasosiasikan pada perempuan dan kefemininan. Warna *teal* dipilih karena warna ini merepresentasikan penyembuhan emosional, kesadaran diri, inisiatif, dan komitmen.



Gambar 1. Warna

Gaya Layout

Layout akan menggunakan gaya desain *layout column* karena informasi yang disajikan singkat dan memiliki berbagai informasi tambahan lain dalam sebuah desain. Karena penataan ini memungkinkan untuk bergantung sama lain atau terlepas, jadi penataannya lebih fleksibel. Kemudian menggunakan gaya desain *white space* sehingga dapat menonjolkan sesuatu yang ingin disampaikan, dan disertai elemen pendukung seperlunya.

Tipografi

Typeface untuk judul menggunakan Onyx dan Dream Orphans untuk sub-judul. Dipilih karena karakternya berkesan elegan dan agak formal, serta terkesan feminin. Sementara *body text* menggunakan Helvetica.

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
1234567890.,:;?/'"@#\$%^&*()

Perancangan Buku Mewarnai Mengenai Perempuan Mandiri

Gambar 2. Onyx

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
1234567890.,:;?/'"@#\$%^&*()

Perancangan Buku Mewarnai Mengenai Perempuan Mandiri

Gambar 3. Dream Orphans

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
1234567890.,;:'?/!"@#\$\$%^&*()
Perancangan Buku Mewarnai Mengenai Perempuan Mandiri

Gambar 4. Helvetica

Teknik Cetak

Buku ini akan dicetak menggunakan *digital printing*. Halaman dicetak bolak balik dengan bagian gambar untuk diwarnai berada pada satu sisi saja. Hal ini dilakukan agar gambar yang diwarnai tidak saling menjiplak karena halaman yang berhadapan serta untuk mengantisipasi warna yang tembus. Sampul bagian depan akan berisi judul buku, nama pembuat dan ilustrasi. Sementara bagian belakang sinopsis. Sampulnya di-*hardcover* dan dilaminasi *doff*. Buku dijilid spiral agar mudah dibuka saat digunakan.

Media Promosi

Berupa poster promosi dalam bentuk *hardcopy* dan versi digital yang disebar lewat media sosial, seperti *facebook* dan *instagram*. Sehingga memungkinkan untuk menghemat biaya poster. Dibuat juga *greeting card* yang berisi kata-kata motivasi dan dapat digabung menjadi sebuah ilustrasi utuh. Dengan maksud pada saat kartu disebar, pemiliknya dapat saling melengkapi. Ilustrasi tersebut dipisah menjadi delapan kartu. Kartu ini juga bisa diwarnai karena memakai kerta yang sama dengan buku.

Judul Buku

Judulnya adalah *Coloring Book for Young Adult*. (diisi dengan nama pemilik)'s *Companion to Women's Independence*.

Sinopsis

Perempuan yang mandiri adalah perempuan yang sadar akan hak kebebasannya serta bakatnya sebagai individu maupun sebagai perempuan. Mampu untuk tidak bergantung pada orang secara berlebihan dan memiliki pribadi yang berani serta bertanggung jawab. Mereka membawa dirinya dengan penuh percaya diri dan memiliki kecerdasan yang khas. Bisakah kita mengembangkan diri menjadi perempuan seperti itu? Buku yang anda pegang ini dihadirkan untuk menemani para perempuan dewasa awal untuk memahami arti kemandirian bagi perempuan. Dalam buku ini juga membahas tentang akibat dan ciri-ciri dari ketidakmandirian tersebut yaitu ketergantungan emosional, saran-saran dan kesempatan untuk bisa lebih mandiri yang disertai beberapa contoh tokoh untuk memotivasi diri. Sebagai tempat mencurahkan isi hati dan menghibur diri dengan mewarnai berbagai lembar dalam buku ini. Sekaligus lebih mengenal diri sendiri dalam upaya untuk mengembangkan diri menuju kemandirian.

Bahan

Kertas yang digunakan untuk isi buku adalah BC TIK agar dapat diwarnai dan tidak tembus warnanya. Untuk sampul buku, dibuat *hardcover* dan dijilid spiral.

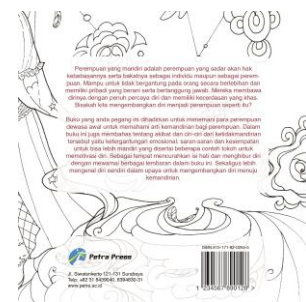
Biaya Produksi

Total biaya produksi per buku adalah Rp 75.000,00.

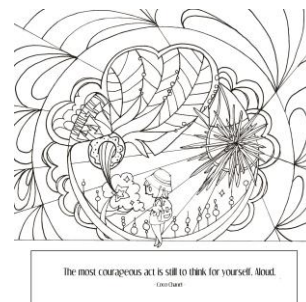
Contoh Desain Buku Final



Gambar 5. Cover depan



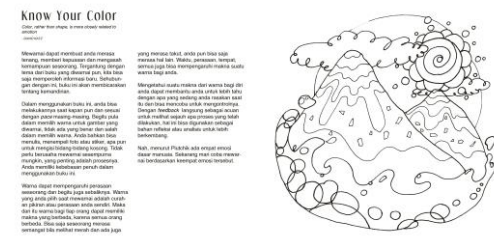
Gambar 6. Cover belakang



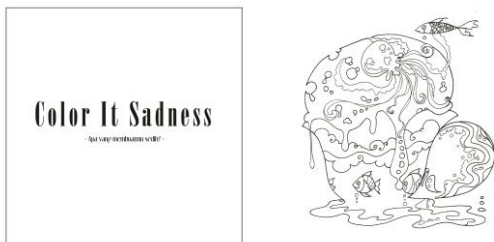
Gambar 7. Cover dalam



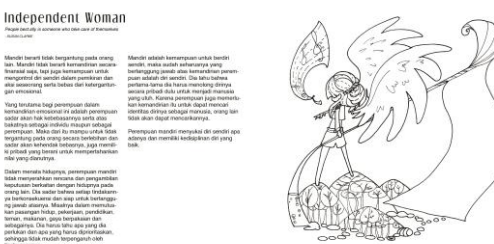
Gambar 8. Kata pengantar



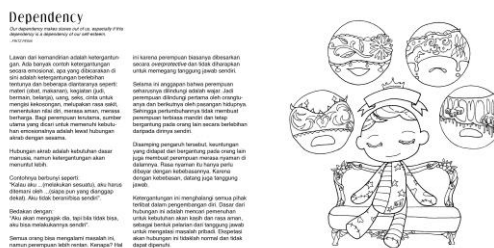
Gambar 9. *Know your color*



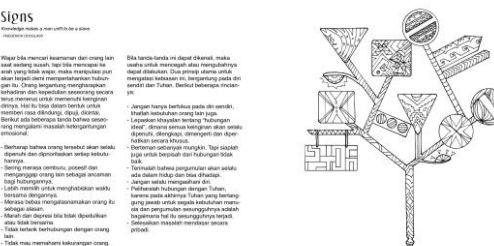
Gambar 10. *Color it sadness*



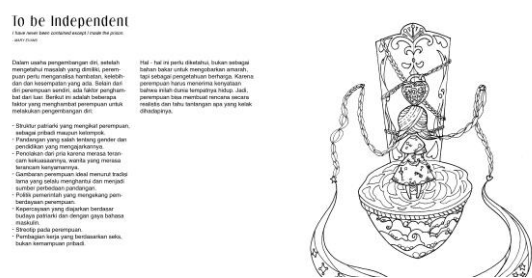
Gambar 11. *Independent woman*



Gambar 12. *Dependency*



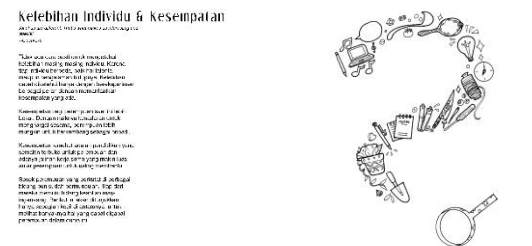
Gambar 13. *Signs*



Gambar 14. *To be independent*



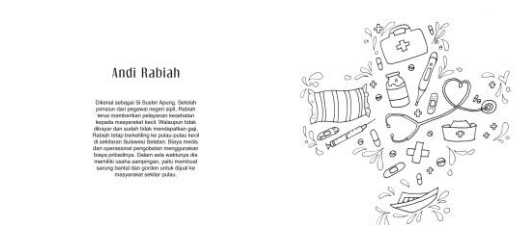
Gambar 15. Kelebihan perempuan



Gambar. 16. Kelebihan individu dan kesempatan



Gambar 17. Contoh figur perempuan inspiratif, Tri Rismaharini



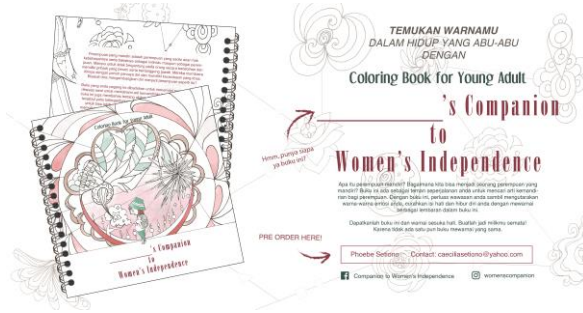
Gambar 18. Contoh figur perempuan inspiratif, Andi Rabiah

References

- Barnhouse, T. J. (1988). *Member Perempuan: Bagaimana Mengenal dan Membantu Ciri Diri*. (A. S. Lestari, Trans.). Yogyakarta: Kanisius.
- Endrey, M. (2007). *Ketergantungan Emosi untuk Pria*. (Pancasila-Anugrah, Trans.). Surabaya: Pancasila-Anugrah.
- Musawar, A. H. (2016). *Galeri Gender Buku Kajian: Perempuan Indonesia dalam Perspektif Agama, Budaya, dan Keluarga*. Malang: Universitas Indonesia.
- Rahmat, L. (2006). *Ketergantungan Emosional*. (Pancasila-Anugrah, Trans.). Bandung: PT Vici Anugrah Indonesia.
- Rusnak, S. (2004, Januari). Does the emotional content influence the recollection of color? *PERKAWI: Research* 17, August 2015 from <http://www.pancasilaanugrah.com>.
- Stanton, T. (2016, Maret). *Why grown-ups don't color: gender bias*. Retrieved 17 August 2016 from <http://blogs.bbc.com/why-grown-ups-don't-color/gender-bias>.
- Stokols, C. E. & Lopus, S. J. (Eds.). (2002). *Handbook of Placeness Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Warner, Carolyn. (2012). *700+ Kumpulan Inspirasi Pola Warna Habis*. (Rini L. Sumanika, Trans.). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.



Gambar 19. Penutup



Gambar 20. Poster promosi



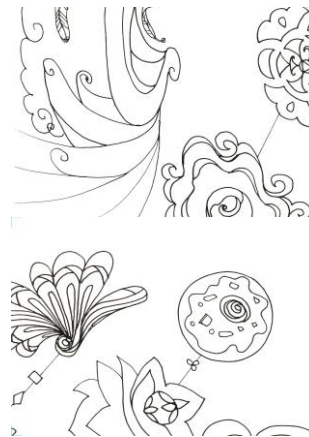
Gambar 21. Promosi facebook



Gambar 22. Promosi instagram



Gambar 23. Greeting card tampak belakang



Gambar 24. Greeting card tampak depan

Kesimpulan

Mandiri adalah kemampuan untuk berdiri sendiri, maka itu berarti seseorang harus bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Semua orang perlu belajar untuk mandiri untuk mencari jati dirinya sebagai manusia dan bertahan hidup di dalam masyarakat. Tapi beberapa perempuan tidak mampu untuk mandiri atau mengalami masalah ketergantungan terutama secara emosi, sehingga sangat bergantung secara berlebihan pada orang lain untuk dilindungi dan didukung serta dipuaskan kebutuhan emosionalnya.

Hal ini dikarenakan perempuan terbiasa untuk dilindungi secara berlebihan dan jarang bertanggung jawab atas dirinya sepenuhnya. Akibatnya, perempuan ini rentan mengalami ketergantungan emosi dan membuatnya tidak pernah yakin atau nyaman dengan dirinya sendiri. Apalagi ketika memasuki masa dewasa awal terutama usia 18-25 tahun karena usia tersebut adalah masa transisi dari masa remaja ke dewasa, sehingga banyak masalah yang dihadapi. Mentalitas yang tidak realistis akibat kebiasaannya tergantung akan menjadi sumber masalah baginya dalam hidup pribadi maupun sosial.

Oleh karena itu, maka dirancanglah sebuah buku yang menarik untuk meningkatkan kesadaran akan kemandirian perempuan dimulai dari perempuan itu sendiri. Buku ini ingin mengajak perempuan agar lebih mau dan berani untuk lepas dari perilaku ketergantungannya. Karena *target audience* berada di Indonesia, maka diberi contoh figur perempuan yang inspiratif dan berasal dari Indonesia untuk memperlihatkan banyaknya kesempatan yang dapat diraih oleh perempuan dengan segala hambatan yang ada.

Kemudian buku ini juga merupakan salah satu metode yang dapat memberi efek terapeutik pada penggunaannya sehingga dapat menenangkan pikiran, memberi kepuasan dan mengasah kemampuan seseorang. Jadi buku dikemas dalam bentuk buku mewarnai agar *target audience* dapat belajar sekaligus menghibur diri dengan buku ini. Dengan menggunakan buku ini, diharapkan *target audience* juga dapat sedikit merasakan kebebasan dalam bentuk mewarnai sesuai dengan kehendaknya sendiri.

Daftar Pustaka

- Barnhouse, R.T. (1988). *Identitas Perempuan: Bagaimana Mengenal dan Membentuk Citra Diri*. (A.G. Lunandi, Trans.). Yogyakarta: Kanisius.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper & Row.
- Dowling, C. (1989). *Cinderella Complex: Ketakutan Wanita akan Kemandirian*. (Santi W.E. Soekanto, Trans.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Edwards, D. (2004). *Art Therapy*. Paul Wilkins (Ed.). London: SAGE Publications Ltd.
- Greenspan, M. (1983). *A New Approach to Women and Therapy*. United States: TAB Books.
- Holland, N.N. (2007, Desember). Literature and Happiness. *PSYART*. Retrieved 17 Agustus 2016 from http://psyartjournal.com/article/show/n_holland-literature_and_happiness.
- Hurlock, E.B. (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5th ed.). (Istiwidayanti, Soedjarwo, & Ridwan Max Sibajat, Trans.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Rentzel, L. (2008). *Ketergantungan Emosional*. (Pancaran Anugerah, Trans.). Bandung: PT Visi Anugerah Indonesia.
- Rusinek, S. (2004, Januari). Does the emotional context influence the recollection of color?. *PSYART*. Retrieved 17 August 2016 from http://www.psyartjournal.com/article/show/rusinek-does_the_emotional_context_influence_the.
- Roston, T. (2016, Maret). *Why grown-ups love coloring books too*. Retrieved 17 August 2016 from <http://ideas.ted.com/why-grown-ups-love-coloring-books-too/>.
- Shulevitz, U. (1985). *Writing With Pictures*. New York: Watson-Guipill Publications.
- Swan, S. (2016, Juni). *Yang Dulunya untuk Anak-anak, Kini Jadi Favorit Orang Dewasa*. Retrieved 25 July 2016 from http://www.kompasiana.com/shelaswan/yang-dulunya-untuk-anak-anak-kini-jadi-favorit-orang-dewasa_574fe462ed92736d08c13a2f.
- Snyder, C.R. & Lopez, S.J. (Eds.). (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Tedjo, S. (2010). *Perancangan Buku Motivasi Bergambar Mengenai Panduan Pengembangan Diri Bagi Remaja Putri*. (TA No. 00021574/DKV/2010). Unpublished undergraduate thesis, Universitas Kristen Petra, Surabaya